

إدمان وسائل التواصل الاجتماعي وعلاقته بالاغتراب الاجتماعي لدى الطلبة الجامعيين
(دراسة ميدانية على عينة من طلبة كلية العلوم الانسانية والاجتماعية لسيدي بلعباس)

**Social media addiction and its relationship to social alienation among
university students
(a field study on a sample of students at the Faculty of Humanities and
Social Sciences, Sidi Bel Abbes)**

ط.د. بلحميسي خيرة وهيبة¹، ط.د. زريوح نيهات صليحة²

¹ جامعة جيلالي ليايس سيدي بلعباس، belhamissiwahiba60@gmail.com

² جامعة يحي فارس المدية، nabahetzer@gmail.com

تاريخ النشر: 2025/12/21

تاريخ القبول: 2025/06/28

تاريخ الاستلام: 2025/05/15

ملخص:

هدفت الدراسة الحالية إلى الكشف عن العلاقة المعقدة بين إدمان استخدام وسائل التواصل الاجتماعي لدى الطالب الجامعي وعلاقته بالشعور بالاغتراب الاجتماعي لديه، باستخدام المنهج الوصفي الارتباطي حيث أظهرت النتائج وجود علاقة ارتباطية موجبة بين إدمان استخدام مواقع التواصل الاجتماعي والاغتراب الاجتماعي لدى الطالب الجامعي، مع عدم وجود فروق دالة في درجات كل متغير على حد تبعاً لمتغير النوع الاجتماعي، في حين انتهينا إلى وجود فروق في درجات استجابات الطلبة حول كل متغير تبعاً لمتغير المستوى الدراسي، مع تحديد موقع الفيسبوك كأهم وسيلة تستخدم من طرف الطلبة الجامعيين للتواصل الاجتماعي .

كلمات مفتاحية: الإدمان،، إدمان مواقع التواصل الاجتماعي،، الاغتراب الاجتماعي .

Abstract:

The current study aimed to reveal the complex relationship between social media addiction among university students and their relationship to their feeling of social alienation, using the descriptive correlational approach. The results showed a positive correlation between social media addiction and

social alienation among university students, with no significant differences in the scores of each variable separately according to the gender variable. However, we concluded that there were differences in the scores of students' responses to each variable according to the academic level variable, with Facebook being identified as the most important means used by university students for social communication.

Keywords: addiction; social media addiction; social alienation.

المؤلف المرسل: بلحميسي خيرة وهيبية، الإيميل: belhamissiwahiba60@gmail.com

1. مقدمة:

يُعدُّ الإدمان -بمختلف أشكاله- من أبرز الظواهر النفسية والاجتماعية التي شغلت اهتمام الباحثين والمختصين، نظراً لما يتركه من آثار سلبية على الفرد والمجتمع على حدٍ سواء. فالإدمان لم يعد مقتصرًا على المواد الكيميائية مثل المخدرات أو الكحول، بل امتد ليشمل أنماطاً سلوكية جديدة فرضتها التحولات التكنولوجية المتسارعة، من بينها الإدمان على استخدام وسائل التواصل الاجتماعي، والذي يُعدُّ من أكثر الأنماط السلوكية انتشارًا في العصر الرقمي الراهن.

قد أصبح إدمان مواقع التواصل الاجتماعي أحد التحديات المعاصرة التي تؤثر في البنية النفسية والسلوكية والاجتماعية للأفراد، خاصة فئة الشباب الجامعي، حيث تشكل هذه الوسائل جزءاً أساسياً من حياتهم اليومية. يتمظهر هذا النوع من الإدمان في الاستخدام المفرط، وفقدان السيطرة، والشعور بالضيق عند الانفصال عنها، مما قد يؤدي إلى اضطرابات في العلاقات الاجتماعية، وتراجع في الأداء الأكاديمي، وتدهور في الصحة النفسية.

إن هذا النمط من الإدمان السلوكي يحمل في طياته العديد من الأبعاد النفسية والاجتماعية التي تستحق الدراسة والبحث، خصوصاً في ظل التغيرات الجذرية التي طرأت على طرق التواصل الإنساني، حيث بات الفرد أكثر ارتباطاً بالعالم الافتراضي وأقل تواصلًا مع محيطه الواقعي. هذا التحول يُنتج ما يُعرف بظاهرة

"الاغتراب الاجتماعي"، والتي تشير إلى فقدان الأفراد لشعورهم بالانتماء والاندماج الاجتماعي الحقيقي، وتنامي الإحساس بالوحدة والعزلة، بالرغم من كثافة التفاعل على المنصات الرقمية.

ويُعد الاغتراب الاجتماعي من الظواهر النفسية والاجتماعية المعقدة التي ترتبط بسلسلة من المتغيرات، منها ضعف التفاعل الوجداني، وتراجع الروابط الأسرية والاجتماعية، وزيادة الاعتماد على الوسائل التكنولوجية في بناء العلاقات والتعبير عن الذات. إن هذه الظاهرة قد تتفاقم لدى الفئات العمرية الشابة، لا سيما طلبة الجامعات، الذين يعيشون مرحلة انتقالية حساسة تتسم بضرورة إثبات الذات وبناء الهوية الاجتماعية.

ومن هذا المنطلق، تطرح العلاقة بين إدمان مواقع التواصل الاجتماعي والاغتراب الاجتماعي تساؤلات بحثية عميقة تتعلق بتأثير الاستخدام المفرط لهذه الوسائل على جودة الحياة النفسية والاجتماعية للأفراد، ومدى مساهمتها في تشكيل بيئة افتراضية قد تُغني عن التفاعل الواقعي، أو في المقابل، تُعمّق مشاعر العزلة والاغتراب.

وهكذا، تبرز الحاجة إلى دراسة هذه الإشكالية في إطارها العلمي، لفهم أعمق لتأثير التكنولوجيات الحديثة على الصحة النفسية والاجتماعية، واستكشاف العلاقة بين الإدمان السلوكي على مواقع التواصل الاجتماعي وشعور الأفراد -وبخاصة الطلبة الجامعيين- بالاغتراب الاجتماعي في بيئاتهم الأكاديمية والاجتماعية.

وقد تناولت العديد من الدراسات موضوع إدمان مواقع التواصل الاجتماعي وعلاقته بالاغتراب الاجتماعي لدى الطلبة الجامعيين، حيث أشارت عبد الرحمن (2020) إلى وجود علاقة إيجابية بين الإدمان على هذه المواقع وظهور أعراض الاكتئاب لدى طلبة الجامعة، مما يعكس الأثر النفسي العميق لاستخدام هذه الوسائل بشكل مفرط. وتوصل كل من منصور وحמיד (2019) إلى أن الاستخدام المفرط لشبكات التواصل الاجتماعي يسهم في تراجع جودة العلاقات الاجتماعية بين الطلبة الجامعيين، خاصة في ظل استبدال التواصل الواقعي بالتفاعل الافتراضي. كما أبرز يوسف (2021) أن ظاهرة الاغتراب الاجتماعي باتت أكثر وضوحاً لدى مستخدمي مواقع التواصل الاجتماعي من الطلبة، حيث تظهر لديهم مشاعر العزلة

والافتقار للانتماء. وفي السياق ذاته، بينت الخطيب (2018) وجود فروق دالة إحصائية بين الجنسين في مستوى الإدمان على وسائل التواصل الاجتماعي، وارتباط هذا الإدمان بمظاهر من السلوك العدواني. وأكدت علاوي (2022) في دراستها المقارنة وجود علاقة قوية بين استخدام مواقع التواصل الاجتماعي والشعور بالاغتراب الاجتماعي، مشيرة إلى ضرورة توعية الطلبة بالمخاطر النفسية والاجتماعية المترتبة على الاستخدام غير المنضبط لهذه الوسائل ، وللاستفاضة في هذا الموضوع وفهم أبعاده النفسية والاجتماعية وتأثيره على فئة مهمة في المجتمع، نطرح التساؤلات التالية:

- هل توجد علاقة احصائية بين درجة ادمان استخدام مواقع التواصل الاجتماعي لدى الطلبة الجامعيين ودرجة الشعور بالاغتراب الاجتماعي؟

- هل توجد فروق دالة احصائية بين درجة ادمان استخدام مواقع التواصل الاجتماعي ودرجة الشعور بالاغتراب الاجتماعي لدى طلبة كلية العلوم الانسانية والاجتماعية تعزى إلى متغيري النوع الاجتماعي والمستوى الدراسي ؟

- ما أكثر مواقع التواصل الاجتماعي استخداما لدى الطلبة الجامعيين؟

فرضيات الدراسة:

- توجد علاقة دالة إحصائية بين درجة إدمان استخدام مواقع التواصل الاجتماعي ودرجة الشعور بالاغتراب الاجتماعي لدى الطلبة الجامعيين.

- توجد فروق في درجة إدمان استخدام مواقع التواصل الاجتماعي ودرجة الشعور بالاغتراب الاجتماعي لدى الطلبة الجامعيين تبعا لمتغيري النوع الاجتماعي والمستوى الاجتماعي.

- يعتبر الفيسبوك أكثر مواقع التواصل الاجتماعي لدى الطلبة الجامعيين .

أهداف الدراسة:

-الكشف عن العلاقة بين درجة الإدمان على استخدام مواقع التواصل الاجتماعي ودرجة الشعور بالاغتراب الاجتماعي لدى الطلبة الجامعيين.

- معرفة الفروق في العلاقة بين درجة إدمان استخدام مواقع التواصل الاجتماعي ودرجة الشعور بالاغتراب الاجتماعي لدى الطلبة الجامعيين حسب متغير النوع الاجتماعي والمستوى الدراسي وعدد ساعات الاستخدام في اليوم.

-الكشف عن أكثر مواقع التواصل الاجتماعي استخداما لدى الطلبة الجامعيين.

أهمية الدراسة: تستقي الورقة البحثية الحالية أهميتها من أهمية الموضوع الذي نتناوله وهو إدمان استخدام مواقع التواصل الاجتماعي على اعتباره إدمانا سلوكيا لدى أكثر فئة هشة في المجتمع وهي الشباب، نتج عن التطورات التكنولوجية المعاصرة والسريعة وتراكم مواقع التواصل الاجتماعي المختلفة التي أثرت على الطلبة الجامعيين من الجوانب النفسية والاجتماعية مسببة بذلك الاغتراب الاجتماعي الذي ينعكس سلبا على مستقبل الشباب وصحتهم النفسية وعلاقاتهم الاجتماعية داخل انساق المجتمع.

-تساعد هذه الدراسة المسؤولين ببلورة فكرة حول المشكلات النفسية والاجتماعية المتعلقة بإدمان استخدام مواقع التواصل الاجتماعي. بالإضافة إلى تزويد الجهات الرسمية بالتخطيط لوضع استراتيجيات وقائية وبرامج ارشادية تساهم في الحد أو تخفيف الآثار السلبية لهذه الظاهرة السلوكية، وترشيد عملية استخدام مواقع التواصل الاجتماعي لدى الشباب.

منهج الدراسة: اعتمدنا على المنهج الوصفي في الدراسة الحالية، إذ استهدفت عملية جمع الحقائق حول عملية استخدام مواقع التواصل الاجتماعي من طرف الطلبة الجامعيين وكيف تتفاقم إلى عملية إدمان لهذه المواقع المر الذي ينتج عنه ظاهرة سلوكية تتمثل في الاغتراب الاجتماعي .

2. الإطار النظري للدراسة :

1.2. مصطلحات الدراسة:

الادمان: يُعرف الإدمان بأنه نمط سلوكي مفرط ومُلحّ ومستمر، يتميز بفقدان السيطرة، والانشغال الدائم، والاستمرار في الاستخدام رغم العواقب السلبية.

إدمان مواقع التواصل الاجتماعي: يُقصد به هو الاستخدام المفرط والقَهري لمنصات مثل فيسبوك، إنستغرام، إكس (تويتر سابقًا)، تيك توك وغيرها، بشكل يؤثر سلبًا على الحياة اليومية، والتحصيل الدراسي،

والتفاعل الاجتماعي. ويحدد هذا المتغير إجرائيا من خلال استجابات الطلاب على مقياس إدمان مواقع التواصل الاجتماعي.

الاغتراب الاجتماعي : يُعرّف بأنه حالة نفسية يشعر فيها الفرد بالعزلة أو الانفصال عن المجتمع أو البيئة المحيطة به، مما يؤدي إلى ضعف الشعور بالانتماء، التفاعل الاجتماعي، وزيادة مشاعر الغربة واللامبالاة. ويتم تحديده إجرائيا من خلال استجابات الطلبة على مقياس الاغتراب الاجتماعي.

2.2 الموجهات النظرية : ارتكزت الدراسة بصورة كبيرة على:

1. النظرية المعرفية السلوكية : هي نظرية نفسية تعتمد على دمج مبادئ المدرسة السلوكية التي تركز على السلوك الظاهر، مع المدرسة المعرفية التي تركز على العمليات الذهنية الداخلية وتفترض النظرية أن السلوك الإنساني يتأثر بالطريقة التي يُفسر بها الفرد الأحداث والمواقف من حوله، وأن الأفكار والمعتقدات غير المنطقية أو السلبية تؤدي إلى مشاعر وسلوكيات غير سوية. (عبد الرحمن، 2008).

إدمان وسائل التواصل الاجتماعي يمكن أن يُفهم من خلال التشويهاة المعرفية التي يعاني منها الأفراد، مثل الأفكار التلقائية السلبية المتعلقة بالهوية الاجتماعية والقبول. على سبيل المثال، قد يعتقد الأفراد أنهم بحاجة دائمة للبقاء على اتصال مع الآخرين عبر الإنترنت ليشعروا بأنهم ذوو قيمة أو مقبولين اجتماعيًا. هذه الأفكار المشوهة تؤدي إلى سلوكيات متكررة مثل التحقق المستمر من حساباتهم على وسائل التواصل الاجتماعي.

وتُفسر النظرية المعرفية السلوكية الاغتراب الاجتماعي من خلال التفاعل بين الأفكار والمشاعر والسلوك، إذ تؤكد هذه النظرية أن طريقة تفكير الفرد تؤثر مباشرة في مشاعره وسلوكياته، وبالتالي فإن الأفكار السلبية أو غير الواقعية التي يكوّنها الطالب عن نفسه أو عن الآخرين (مثل "لا أحد يفهمني" أو "أنا غير محبوب") تؤدي إلى مشاعر بالعزلة والانفصال، ومن ثم إلى سلوك انسحابي أو تجنبني تجاه المجتمع الجامعي. وبهذا الشكل، ينشأ الاغتراب الاجتماعي نتيجة تكرار أنماط التفكير السلبي التي تُعزز الشعور بالانعزال والنقص، وتدفع الطالب إلى تقليل التفاعل الاجتماعي، ما يؤدي إلى مزيد من العزلة والانفصال عن البيئة

الجامعية. وتُعد المعالجة المعرفية السلوكية فعالة في التصدي لهذا النوع من الاغتراب، إذ تعمل على تعديل الأفكار السلبية وتعزيز المهارات الاجتماعية والتفاعل الواقعي (عبد الرحمن، 2008).

3. الإطار الميداني للدراسة الحالية:

1.3 حدود الدراسة الحالية:

الحدود المكانية: تم تطبيق هذه الدراسة في جامعة جيلالي ليايس بمدينة سيدي بلعباس بالجزائر كون الباحثان من سكانها مما يساعد في جمع عينة الدراسة بشكل أفضل.

الحدود الزمانية: تمثلت في السداسي الثاني من الموسم الجامعي 2024 / 2025 ابتداء من 2025/04/22 إلى غاية 2025/04/30.

الحدود البشرية: حصرنا مجتمع البحث في طلبة قسم علم النفس وعلوم التربية بكلية العلوم الإنسانية والاجتماعية بجامعة جيلالي ليايس بمدينة سيدي بلعباس.

عينة الدراسة: تكونت عينة بحثنا من عدد (103) مفردة من طلبة قسم علم النفس وعلوم التربية بكلية العلوم الإنسانية والاجتماعية بواقع (24) ذكرا و(79) أنثى، من علوم التربية وعلم النفس، منهم (59) طالبا ليسانس، و(44) طالب ماستر تم اختيارهم بطريقة عشوائية.

أداة الدراسة: استخدمنا الاستبيان كأداة رئيسية للدراسة الحالية وهو أكثر الأدوات شيوعا من حيث الاستعمال في العلوم الاجتماعية حيث قمنا بتبني استبيانين للباحثة كيوص (2022) الأول خاص بإدمان مواقع التواصل الاجتماعي وآخر يقيس ظاهرة الاغتراب الاجتماعي بعد الاطلاع على التراث النظري، حيث تمتعت أداة القياس إدمان واقع التواصل الاجتماعي بصدق وثبات عاليين.

2.3 عرض نتائج الدراسة وتفسيرها:

الفرضية الأولى: توجد علاقة ارتباطية بين إدمان استخدام مواقع التواصل الاجتماعي والاعتراب الاجتماعي لدى الطلبة الجامعيين.

الجدول 1: نتائج الارتباط بين درجتي إدمان مواقع التواصل الاجتماعي والاغتراب الاجتماعي

المتغير	العينة	المتوسط الحسابي	درجة ادمان استخدام مواقع التواصل الاجتماعي	الاغتراب الاجتماعي
درجة ادمان مواقع التواصل الاجتماعي	103	72.42	1	0.568**
الاغتراب الاجتماعي		64.2	0.568**	1

المصدر: بلحميسي وزويوح، 2025

يبين الجدول السابق أن هناك علاقة ارتباطية موجبة بين درجة إدمان استخدام مواقع التواصل الاجتماعي ودرجة الشعور بالاغتراب الاجتماعي لدى الطلبة الجامعيين ، حيث بلغ معامل الارتباط لبارسون 0.568 وهي قيمة دالة إحصائياً عند 0.01 وعليه يمكن قبول الفرضية القائلة بوجود علاقة ارتباطية بين إدمان استخدام مواقع التواصل الاجتماعي عند الطلبة وشعورهم بالاغتراب الاجتماعي. أي أنه كلما زاد استخدام الطلبة الجامعيين لمواقع التواصل الاجتماعي زاد معه شعورهم بالاغتراب الاجتماعي.

يمكن تفسير هذه النتيجة بأن الافراط في استخدام مواقع التواصل الاجتماعي من طرف الطلبة الجامعيين يؤدي إلى تراجع التفاعل الاجتماعي الواقعي عندهم وبالتالي ضعف الروابط الاجتماعية الحقيقية، هذا ما يسهم أيضاً في شعور الطالب الجامعي بالعزلة والانفصال عن مجتمعه الحقيقي، كما أن الانخراط الدائم والمستمر في العالم الافتراضي عن طريق المواقع المختلفة للتواصل الاجتماعي قد ينتج عنه توقعات غير واقعية عن العلاقات الاجتماعية، وبالتالي يعزز المقارنات الاجتماعية السلبية، مما يزيد من مشاعر الاغتراب الاجتماعي، كون مواقع التواصل الاجتماعي والأنترنت أعادت تشكيل القيم المجتمعية وأحدثت تحولات على البنية القيمية والسلوكية للأفراد، بالإضافة إلى ذلك، فإن التعزيز السلوكي يلعب دوراً كبيراً في الحفاظ على سلوكيات الإدمان، فعندما يحصل الأفراد على تعليقات إيجابية أو إعجابات على منشوراتهم، يشعرون بتعزيز فوري لمشاعرهم الإيجابية، مما يدفعهم إلى استخدام وسائل التواصل الاجتماعي بشكل أكبر. ومن جهة أخرى، يمكن أن يعمل الإدمان كآلية للهروب من المشاعر السلبية مثل القلق أو الوحدة، حيث يساهم التصفح المستمر لمواقع التواصل الاجتماعي في تخفيف هذه المشاعر بشكل مؤقت.

اتفقت نتائج الدراسة الحالية مع نتائج دراسة حمد (2011) التي توصلت إلى أن إدمان الأنترنت سيؤدي لا محالة إلى الاغتراب الاجتماعي والعزلة واضطرابات في الأكل والنوم ومشاكل دراسية ونفسية، ونتائج دراسة المنيع (2017) وجود علاقة ارتباطية موجبة متوسطة بين ادمان مواقع التواصل الاجتماعي والاغتراب الاجتماعي لدى الطلبة الجامعيين، ونتائج دراسة نيار (2024) وقد أسفرت النتائج عن وجود علاقة دالة إحصائية بين الإدمان على مواقع التواصل الاجتماعي والاغتراب النفسي لدى الطلبة الجامعيين، وكانت هذه العلاقة بمستوى مرتفع جدًا، في حين اختلفت نتائج دراستنا مع نتائج دراسة نعاوي (2012) التي أظهرت نتائج الدراسة عدم وجود علاقة ذات دلالة إحصائية بين استخدام الإنترنت والاغتراب الثقافي لدى الطلبة الجامعيين، مما يشير إلى أن مستوى استخدام الإنترنت لا يؤثر بشكل ملحوظ في شعور الطلبة بالاغتراب الثقافي.

الفرضية الثانية: توجد فروق في العلاقة بين درجة إدمان استخدام مواقع التواصل الاجتماعي لدى الطلبة الجامعيين تبعاً لمتغير النوع الاجتماعي والمستوى الاجتماعي.

الجدول 2: نتائج الفروق في إدمان استخدام مواقع التواصل الاجتماعي لدى الطلبة الجامعيين تبعاً لمتغيري النوع الاجتماعي والمستوى الدراسي

إدمان مواقع التواصل الاجتماعي	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة اختبار "ت"	الدلالة
النوع الاجتماعي	ذكور	75,79	18,69	0,348
	إناث	71,4		
المستوى الدراسي	ليسانس	77,33	19,73	0,003
	ماستر	65,84	18,45	

المصدر: بلحميسي وزريوح، 2025

من خلال الجدول أعلاه نلاحظ عدم وجود فروق دالة إحصائية في إدمان استخدام مواقع التواصل الاجتماعي لدى الطلبة الجامعيين تبعاً لمتغير النوع الاجتماعي، والعكس من ذلك أظهرت النتائج وجود فروق دالة إحصائية بين الطلبة في إدمان استخدام مواقع التواصل الاجتماعي تبعاً لمتغير المستوى الدراسي، حيث سجلنا قيمة اختبار "ت" (3,007) عند مستوى دلالة 0,003 لصالح طلبة الليسانس بمتوسط حسابي قدر

ب(77،33)، يمكن إرجاع هذه النتيجة إلى أن طلبة الليسانس في السنوات الأولى الجامعية يكونون أكثر عرضة لاستخدام مواقع التواصل الاجتماعي بشكل مفرط، وهذا راجع لعوامل كضعف مهارات التنظيم الذاتي، وعدم القدرة على إدارة الوقت بشكل فعال، مع محاولتهم توسيع علاقاتهم الاجتماعية لضمان عملية تكيفهم مع المحيط الجديد الجامعي هذا ما تشير إليه نظرية النمو النفسي-الاجتماعي لإريكسون؛ حيث تكون مرحلة الشباب مرتبطة بالحاجة إلى بناء الهوية والانتماء، كما أن طلبة مرحلة الليسانس غالبا ما يكونوا ذوي سن صغير وبالتالي أكثر تأثرا بالعوامل النفسية والاجتماعية وفي المقابل نجد طلبة الماستر أكثر وعيا بأهمية تنظيم الوقت وأكثر انشغالا بمتطلبات الدراسة والبحث العلمي الأمر الذي يحد من الوقت الذي يقضونه على مواقع التواصل الاجتماعي.

اتفقت هذه النتيجة مع نتيجة دراسة نيار (2024) كما أظهرت النتائج عدم وجود في مستوى الإدمان على مواقع التواصل الاجتماعي تعزى لمتغيري الجنس أو التخصص، وكذلك عدم وجود فروق في الاغتراب النفسي تعزى لمتغير الجنس، ولكن اختلفت مع نتائج دراسة دهمش ومونس (2023) التي أظهرت النتائج عدم وجود فروق جوهرية ذات دلالة إحصائية في درجة الإدمان على مواقع التواصل الاجتماعي تعزى للمستوى الدراسي أما عن نتيجة النوع الاجتماعي التي سجلت عدم وجود فروق بين الطلبة حول إدمان استخدام مواقع التواصل الاجتماعي، فالملاحظ أن كلا الجنسين لهما نفس الاستخدام لمواقع التواصل الاجتماعي سواء ذكورا كانوا أم إناثا.

فروق في درجة الشعور بالاغتراب الاجتماعي لدى الطلبة الجامعيين تبعا لمتغيري النوع الاجتماعي والمستوى الاجتماعي.

الجدول 3: نتائج الفروق في الشعور بالاغتراب الاجتماعي لدى الطلبة الجامعيين تبعا لمتغيري النوع الاجتماعي والمستوى الدراسي

الاغتراب الاجتماعي		المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة اختبار "ت"	الدلالة
النوع الاجتماعي	ذكور	64،75	9،16	0،358	0،721
	إناث	64،03	8،34		
المستوى الدراسي	ليسانس	65،81	8،89	2،27	0،02
	ماستر	62،04	7،5		

المصدر: بلحميسي وزريوح، 2025

من الجدول السابق نلاحظ عدم وجود فروق دالة إحصائية حول شعور الطلبة بالاغتراب الاجتماعي تبعاً لمتغير النوع الاجتماعي، في حين أظهرت النتائج وجود فروق دالة إحصائية بين متوسطات درجات الطلبة الجامعيين في الشعور بالاغتراب الاجتماعي تبعاً لمتغير المستوى الدراسي بقيمة اختبار "ت" (27، 2) عند مستوى دلالة 0،02 لصالح طلبة مرحلة الليسانس بمتوسط حسابي قدر ب(81، 65).

يمكن إرجاع نتيجة ارتفاع مستوى الشعور بالاغتراب الاجتماعي لدى طلبة الليسانس مقارنة بطلبة الماستر يرجع إلى أنه غالباً ما يكون طلبة الليسانس في مرحلة مبكرة من حياتهم الجامعية ما يجعلهم يواجهون صعوبات أكبر في التكيف مع البيئة الجامعية التي تعتبر بالنسبة لهم بيئة جديدة، هذا ما يعزز لديهم مشاعر العزلة والانفصال عن المجتمع، كما أن قلة الخبرة الأكاديمية والاجتماعية والتي تعتبر عاملاً مهماً في عملية تشكل السلوك والتعلم بالإضافة إلى ضعف التفاعل الاجتماعي وعدم وضوح الأهداف المهنية في هذه المرحلة تسهم في زيادة الشعور بالاغتراب الاجتماعي وعدم الانتماء والتواصل الاجتماعي، في المقابل نجد طلبة مرحلة الماستر غالباً ما يتمتعون بنضج اجتماعي وأكاديمي أكبر، إضافة إلى خبرة سابقة في التعامل مع متطلبات الحياة الجامعية ما يقلل من إحساسهم بالاغتراب الاجتماعي، وهذه النتيجة تدعمها نتائج دراسة سامية (2015) التي أظهرت النتائج عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور والإناث في مستوى الاغتراب النفسي، ونتائج دراسة عساف (2015) أظهرت النتائج عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الاغتراب النفسي تعزى لمتغير الجنس، وفي نفس السياق نجد نتائج دراسة الصبيحي (2012) وجود فروق دالة إحصائية في الشعور بالاغتراب الاجتماعي لدى الشباب تعزى إلى المستوى التعليمي، حيث تبين أن الأفراد الأقل تحصيلًا علميًا هم الأكثر شعورًا بالاغتراب الاجتماعي مقارنةً بأقرانهم ذوي المستويات التعليمية الأعلى، تعارضت نتائج الدراسة الحالية مع نتائج دراسة عبد الله (2020) أظهرت النتائج وجود فروق دالة في ظاهرة الاغتراب تبعاً للجنس لصالح الإناث، مما يشير إلى أن الطالبات يعانين من مستويات أعلى من الاغتراب النفسي مقارنة بالطلاب الذكور. وأيضاً دراسة كامل (2023) كشفت نتائج الدراسة عن وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات الذكور والإناث من طلاب المدن الجامعية في مستوى الاغتراب الاجتماعي، حيث كانت هذه الفروق لصالح الذكور، مما يدل على أن الطلاب الذكور يعانون من اغتراب اجتماعي بدرجة أعلى مقارنة بالطالبات.

الفرضية الرابعة: يعتبر الفيسبوك أكثر مواقع التواصل الاجتماعي لدى الطلبة الجامعيين.

الجدول 4: نتائج تكرارات ونسب مواقع التواصل الاجتماعي المستخدمة من طرف الطلبة

الموقع	الترتبة	التكرار	%	الموقع	الترتبة	التكرار	%
الفيسبوك	1	97	94,17	سكايب	8	59	57,28
اليوتوب	2	89	86,4	البريد	4	79	76,69
انستغرام	3	84	81,55	الواتساب	5	73	70,87
إكس	6	68	66,01	لينكدن	7	62	60,19

المصدر: بلحميسي وزريوح، 2025

تبين نتائج الجدول أعلاه أن موقع الفيسبوك احتل المرتبة الأولى من حيث المواقع المستخدمة من طرف الطلبة الجامعيين بنسبة قدرت ب 94,17% حيث تعتبر هذه النسبة مرتفعة جدا يليها موقع اليوتيوب بنسبة 86,4% أما المرتبة الثالثة فكانت لموقع انستغرام بنسبة 81,55%، وعليه نقبل الفرضية القائلة بأن موقع الفيسبوك هو أكثر المواقع استخداما، ما يعني أن الفيسبوك هو أكثر مواقع التواصل الاجتماعي استخداما من طرف فئة الشباب المعبر عنها بالطلبة الجامعيين، وهذا راجع لأنه أكثر المواقع الاجتماعية شهرة وريادة في مجال شبكات التواصل الاجتماعي، بالإضافة إلى سهولة استخدامه من طرف فئة الشباب التي ساهمت في شهرته وانتشاره والراجعة إلى طريقة تنظيمه التي تسهل الوصول للمحتوى الإلكتروني، كما أن عمليات تحديثه وتطويره المستمرة هي الأخرى ساهمت في انتشاره ونجاحه مما يلغي فكرة الملل ويزيد من جذب انتباه المستخدمين خاصة الذين يعتبرون الفيسبوك وسيلة للترفيه، كذلك إتاحة الفرصة للمستخدم بالتحكم في إعدادات الموقع من بين أهم العوامل التي ساهمت في زيادة شهرته.

4. خاتمة:

خلص هذا البحث إلى مجموعة من النتائج التي تسلط الضوء على العلاقة المعقدة بين إدمان مواقع التواصل الاجتماعي والاغتراب الاجتماعي لدى الطلبة الجامعيين، فقد بيّنت النتائج أن هناك علاقة ارتباطية موجبة متوسطة بين المتغيرين، ما يعني أن الزيادة في مستوى الإدمان على مواقع التواصل الاجتماعي يقترن بارتفاع معتدل في الشعور بالاغتراب الاجتماعي، وهو ما يعكس أثر الاستخدام المفرط لهذه الوسائط الرقمية في تفويض التفاعل الاجتماعي الواقعي والانتماء المجتمعي لدى الشباب، كما أظهرت نتائج الدراسة عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية تُعزى إلى متغير الجنس في كل من إدمان مواقع التواصل الاجتماعي

والاغتراب الاجتماعي، ما يشير إلى أن هذه الظواهر لا تقتصر على جنس دون الآخر، بل تتوزع بنسب متقاربة بين الذكور والإناث، في المقابل تبيّن وجود فروق دالة إحصائيًا حسب المستوى الدراسي، حيث سجّل طلبة اليسانس مستويات أعلى من الإدمان والاغتراب مقارنة بطلبة الماستر. تُظهر هذه النتائج الحاجة الماسة إلى تعزيز الوعي لدى الطلبة الجامعيين بمخاطر الإفراط في استخدام مواقع التواصل الاجتماعي، وتقديم برامج إرشادية تهدف إلى التوازن بين الاستخدام الرقمي والتفاعل الواقعي. كما تدعو إلى تبني سياسات تربوية واجتماعية داخل الوسط الجامعي تركز على تنمية المهارات الاجتماعية، وتقوية الشعور بالانتماء، والحد من مشاعر العزلة والانسحاب. وبذلك، يفتح هذا البحث المجال أمام المزيد من الدراسات المستقبلية التي تتناول متغيرات نفسية واجتماعية أخرى مرتبطة بالإدمان الرقمي، وتساعد في بناء استراتيجيات فعالة لحماية الصحة النفسية والاجتماعية لدى الطلبة في ظل التحولات الرقمية المتسارعة.

الاقتراحات:

- إجراء دراسات مستقبلية تتناول العلاقة بين إدمان مواقع التواصل الاجتماعي ومتغيرات نفسية واجتماعية أخرى مثل القلق الاجتماعي، ضعف المهارات الاجتماعية، الشعور بالوحدة، أو انخفاض التقدير الذاتي، لفهم أوسع لتأثير الإدمان الرقمي على الحياة النفسية والاجتماعية للطلبة، مع تنوع العينات لتشمل طلبة من جامعات مختلفة وتخصصات متعددة، أو مقارنة مع فئات شبابية غير جامعية.
- تحليل التأثير السببي من خلال دراسات طولية تتابع الطلبة على مدار سنوات لمعرفة تطور العلاقة بين الاستخدام المفرط والاغتراب.
- فحص تأثير أنواع محددة من الاستخدام (مثل: الاستخدام الترفيهي، التفاعلي، أو الإخباري) على الشعور بالاغتراب الاجتماعي، ودراسة متغيرات وسيطة مثل: تدني التقدير الذاتي، ضعف مهارات التواصل الواقعي، أو الإدمان النفسي، لفهم آليات تأثير مواقع التواصل على الاغتراب.
- اقتراح دراسات مقارنة بين طلبة الجامعات في البيئات الحضرية والريفية لفحص تأثير السياق الاجتماعي والثقافي على العلاقة بين الإدمان والاغتراب.

التوصيات:

- تعزيز التوعية الجامعية حول مخاطر الإفراط في استخدام مواقع التواصل وما قد يترتب عليه من شعور بالعزلة والاغتراب عن المحيط الواقعي، من خلال إجراء حملات تحسيسية دورية بالشراكة مع المختصين في علم النفس والإعلام لتوعية الطلبة بعواقب الإدمان الرقمي النفسية والاجتماعية.

- إطلاق برامج دعم نفسي واجتماعي داخل الجامعات لمساعدة الطلبة الذين يعانون من مشاعر اغتراب أو عزلة اجتماعية، مع التركيز على الطلبة في سنوات الليسانس في حملات التوجيه والدعم، كونهم أظهروا مستويات أعلى من الإدمان أو الاغتراب مقارنة بطلبة الماستر.

- تشجيع الطلبة على المشاركة في الأنشطة الحضورية (أندية، جمعيات، ورشات...) لتعزيز التفاعل الواقعي وتقليل الاعتماد على العلاقات الافتراضية.

- دمج موضوعات الصحة النفسية والرقمية في المناهج الجامعية أو الأيام الدراسية، لتمكين الطلبة من فهم تأثير التكنولوجيا على توازنهم الاجتماعي، وتشجيع البحث العلمي متعدد التخصصات بين علماء النفس والاجتماع وخبراء التكنولوجيا لابتكار حلول واقعية ومتكاملة لهذه الظواهر.

5. قائمة المراجع:

- عبد الرحمن ، عبد الستار إبراهيم ، (2008)، العلاج النفسي: الأسس النظرية وتطبيقاتها، القاهرة، مكتبة الأنجلو المصرية.
- قرقوري ، عبد الرزاق ، (2019)، علاقة إدمان استخدام موقع التواصل الاجتماعي فيسبوك بالعزلة الاجتماعية لدى المراهقين ، علم النفس وعلوم التربية والأرطفونيا، العلوم الانسانية والاجتماعية، جامعة مولود معمري ، الجزائر.
- كيوص، ربيحة، (2017)، إدمان استخدام مواقع التواصل الاجتماعي وعلاقته بالاغتراب الاجتماعي لدى طلبة الجامعة (دراسة ميدانية على عينة من طلبة جامعة غرداية)، علم النفس وعلوم التربية والأرطفونيا، العلوم الانسانية والاجتماعية، جامعة غرداية، الجزائر.

- قرقوري ، عبد الرزاق ، (2019)، علاقة إدمان استخدام موقع التواصل الاجتماعي فيسبوك بالعزلة الاجتماعية لدى المراهقين ، علم النفس وعلوم التربية ، العلوم الانسانية والاجتماعية، جامعة مولود معمري ، الجزائر
- عبد الرحمن ، فاطمة، (2020)، العلاقة بين الإدمان على مواقع التواصل الاجتماعي والاكتئاب لدى طلبة الجامع، مجلة دراسات نفسية واجتماعية ، 12، 1، 45-68؛
- منصور، أحمد وحيد، سمية، (2019)، تأثير شبكات التواصل الاجتماعي على العلاقات الاجتماعية لدى الشباب الجامعي (دراسة ميدانية على عينة من طلبة جامعة بغداد)، مجلة البحوث الاجتماعية، 3، 8، 112-134؛
- يوسف، محمد عبد الله، (2021)، ظاهرة الاغتراب الاجتماعي لدى مستخدمي مواقع التواصل الاجتماعي في المرحلة الجامعية، المجلة العربية لعلم النفس، 2، 33، 77-95؛
- الخطيب، نسرین محمود، (2018)، الفروق بين الجنسين في الإدمان على وسائل التواصل الاجتماعي ومظاهر العدوانية المصاحبة، مجلة العلوم النفسية والتربوية، 4، 10، 101-120؛
- علاوي، رشا عبد الكريم، (2022)، العلاقة بين الإدمان على مواقع التواصل الاجتماعي والاغتراب الاجتماعي لدى الطلبة الجامعيين: دراسة مقارنة بين الجنسين، المجلة الجزائرية لعلم الاجتماع، 2، 15، 55-73؛

Kaddouri, Y., & Kiouas, R. (2021). Facebook addiction and its relationship with social alienation among students at the University of Ghardaïa. Journal of Psychological and Educational Studies, 14, 1474.

Beck, A. T., & Dozois, D. J. A. (2011). Cognitive therapy: Current status and future directions. Annual Review of Medicine, 62, 397-409.

Young, K. S. (1998). Caught in the Net: How to recognize the signs of internet addiction—and a winning strategy for recovery. Wiley.

Rogers, C. R. (1951). Client-Centered Therapy: Its Current Practice, Implications and Theory. Boston: Houghton Mifflin.